

特集

和食と健康

日本食の長所とは。その最新知見を紹介



日本食とがん、循環器疾患リスクとの関連

006

国立がん研究センターがん対策研究所 コホート研究部
澤田典絵



日本食パターンと認知症リスクとの関連

014

東北大学大学院医学系研究科公衆衛生学分野
辻 一郎



日本食は本当に健康食か——課題と解決策

020

福岡女子大学 国際文理学部 食・健康学科
南里明子
国立国際医療研究センター 臨床研究センター 疫学・予防研究部
溝上哲也



和食と肥満

030

同志社大学生生活科学部食物栄養科学科
今井具子



日本人におけるサルコペニア予防に 対する日本食パターンの重要性

036

長野県立大学健康発達学部
清水昭雄



フレイル対策に日本食をどう取るべきか

044

東京大学高齢社会総合研究機構・未来ビジョン研究センター
孫輔卿
東京大学高齢社会総合研究機構・未来ビジョン研究センター
飯島勝矢

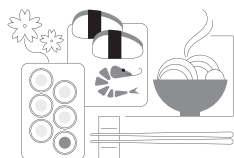


和食と腸内細菌

052

早稲田大学 先進理工学部
佐々木裕之

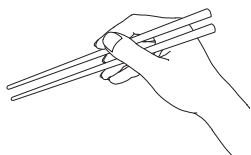
Japanese Food and Health



和食と味覚機能

060

甲南女子大学
東根裕子



和食と The Japan Diet

066

日本女子大学名誉教授
丸山千寿子

TOPICS 第26回 076

糖尿病食事療法の考え方

福岡大学医学部内分泌・糖尿病内科学
川浪大治

注目論文紹介 079

石巻赤十字病院医療技術部栄養課 管理栄養士
後藤美紅

食事ガイドライン 第26回 084

高血圧治療ガイドライン2019

名古屋学芸大学大学院栄養科学研究科
下方浩史
愛知淑徳大学健康医療科学部
安藤富士子

「食と医療」投稿規定 088